





# 4月 Lesson



## 日曜バラエティ

	11:30~12:15 スタジオ	12:30~13:15 スタジオ	13:30~14:15 スタジオ	14:30~15:15 ホットスタジオ
2日	ZUMBA/アキラ	リフレッシュヨガ 湯本	かんたんSTEP/小原	ストレッチヨガ/土佐
9日	初級HIPHOP/masae.		バレトン/SHIHO	呼吸を深めるヨガ/SHIHO
16日	初級STEP/岩崎		初中級エアロ/山内	ヨガ/山内
23日	ShakaDance/アキラ		初級STEP/MASA	骨盤スリムヨガ/森本
30日	ZUMBA/内海		初中級エアロ/湯本	動きケア体操/小原

## 今月の代行

1日(土)	11:30~12:15	ウエストシェイプダンス→初級エアロ	SHIHO→小原
6日(木)	9:30~10:15	リフレッシュヨガ	亀山→松田
	11:30~12:00	リンパフロ-ヨガ→動きケア体操	亀山→小原



※月の途中でも代行が追加されます。追加情報はLINEや掲示物で確認をお願いします。

